

単元名 走り幅跳び

本時2 / 5時間

本時のねらい

育成を目指すプログラミング的思考

記録を伸ばすためのポイントを見付け、自分の能力に適した課題を設定して練習できる。(思・判・表)

評価・改善 要素や手順を振り返り、改善する。



Stage2

本時のねらいとプログラミング的思考との関連性

本時の学習では、プログラミング的思考の中の評価・改善の思考を取り入れ、走り幅跳びの活動を振り返り、記録を伸ばすポイントを見付け、改善する活動に取り組む。走り幅跳びの動きを4つに分解し、自分の課題を見付けさせ、さらに、場の設定を工夫することで、本時のねらいを効果的に達成できる。

学習ツール

Viscuit

Scratch

スライド

スプレッドシート

無

プログラミング的思考に関する活動の流れ
(導入～展開を想定)

●教師の発問・指示

◇指導上の留意点

※学習ツールを使用する際の留意点

導入

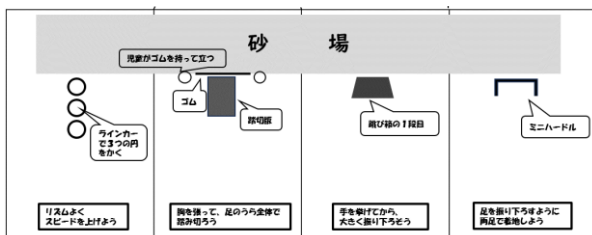
- 1 前時を振り返り、走り幅跳びの全体的な記録を伸ばすポイントを確認する。
- 2 走り幅跳びの動きを4つに分け、それぞれのポイントを考える。
- 3 本時のめあてをつかむ。

記録をのばすためのポイントを見付けて練習しよう。

- 4 運動している様子を動画で撮影し、課題を見付ける。

展開

- 5 練習の場を作る。



- 6 自分の課題に合った場所を選んで、記録を伸ばすための練習をする。

◇助走は7歩または9歩、片足で踏み切って両足で着地する等、前時に基本的な指導をする。

●「走り幅跳びの動きを4つに分けてみましょう。」
→助走、踏切、空中姿勢、着地

◇「走り幅跳びのポイントカード」を参考に、助走・踏切・空中姿勢・着地のそれぞれのポイントを確認する。(カードは、拡大コピーしたり児童数分印刷したりするなどして、準備しておく。)

◇タブレット端末を活用して、走り幅跳びを行っている様子を記録させ、4つの動きのうち、どの部分に課題があるのか考えさせる。

◇4つのコースが作れるように、砂場を横向きに使う。
◇自分たちで練習の場を作らせ、活動の見通しを持ち、関心を高めることができるようにする。

◇それぞれの場での練習の仕方を説明する。
◇児童同士でアドバイスし合うよう声掛けをする。

●「自分の課題に合った場所を選んで、記録を伸ばすための練習をしましょう。」

◇より記録を伸ばせるよう、一つの場での目標が達成できたら他の場で練習するようにさせる。

◇リズムよく助走できている児童、足の裏全体で踏み切っている児童など、ポイントを意識して運動できている児童に模範演技をさせ、ポイントを全体で共有できるようにする。

終末

走り幅跳びのポイント

助走

踏切

空中姿勢

着地

7歩か9歩

最初の一步は、
踏み切るほうの足で

7歩のリズム
1・2・3・4、イチ・ニ・サーン!

9歩のリズム
1・2・3・4・5・6、イチ・ニ・サーン!

踏切に向かってだんだん速く

視線は水平より
やや上

胸を張って

手を上に大きく挙げて、
大きく振り下ろす

両足で着地

できるだけ速くに
足を振り下ろす

体を丸めて「ん」の字

踏切足のうら全体で

砂場

練習の場の設定



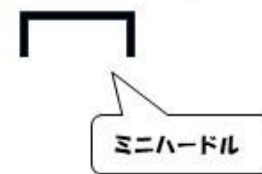
リズムよく
スピードを上げよう



胸を張って、足のうら全体で
踏み切ろう



手を挙げてから、
大きく振り下ろそう



足を振り下ろすように
両足で着地しよう

砂場を横向きに使い、
矢印の方向へ向かって
練習します。

助走の練習

踏切の練習

空中姿勢の練習

着地の練習